

Evite resbalones, tropiezos y caídas en el centro de trabajo

Los resbalones, tropiezos y caídas son la causa de muchos accidentes en la industria en general. La mayoría de estos incidentes son prevenibles si uno pone atención a lo que hace y se concentra en hacia dónde se dirige. La mayoría de la gente presta poca atención a los peligros potenciales, como superficies irregulares, escalones ocultos, superficies lisas, áreas mojadas y otros defectos de la superficie por la que se camina que pueden hacer que sea difícil mantener el equilibrio.

Los resbalones, tropiezos y caídas pueden causar lesiones de la cabeza o la espalda, huesos rotos, esguinces musculares, cortes y laceraciones, o incluso la muerte.

Los **resbalones** ocurren cuando hay muy poca tracción o fricción entre el zapato y la superficie por la que se camina, lo que le hace a uno perder el equilibrio o el equilibrio.

Los **tropiezos** ocurren cuando el pie de una persona entra en contacto con un objeto que provoca un traspie o una caída.

Las **caídas** ocurren cuando uno pierde el equilibrio y se desploma. Esto significa una caída repentina a una posición más baja, especialmente para abandonar una posición erguida o de pie.

Algunos factores que contribuyen a los resbalones, tropiezos y caídas son los problemas de orden y limpieza en las áreas de trabajo y los pasillos, las superficies resbaladizas y mojadas, las condiciones ambientales, la iluminación insuficiente o inadecuada y los cambios de elevación. Asegúrese de reportar hasta las caídas leves o una superficie de trabajo deficiente para caminar, ya que podría evitar que alguien sufra una lesión más adelante.

Para minimizar los resbalones, tropiezos y caídas en su lugar de trabajo, tenga en cuenta los siguientes consejos:

- Practique siempre el buen orden y limpieza. No deje objetos sueltos sobre las superficies de trabajo donde se camina.
- Identifique y limpie los pisos mojados o los derrames y el desorden que puedan provocar resbalones/tropiezos/caídas.
- Mantenga los pisos limpios y secos.
- Proporcione señales de advertencia para las áreas de piso mojado.
- En lugares donde se utilicen procesos húmedos, mantenga el drenaje y suministre pisos falsos, plataformas, alfombrillas u otros lugares secos para pararse donde sea factible, o proporcione calzado impermeable adecuado.
- Mantenga limpios y ordenados todos los lugares de empleo y manténgalos en condiciones higiénicas.
- Mantenga los pasillos y corredores despejados y en buen estado, sin obstrucciones en los pasillos o que los atraviesen, que puedan crear un peligro. Proporcione tomas eléctricas en el piso para los equipos, de modo que no sea necesario que los cables eléctricos atraviesen los pasillos.
- Mantenga las salidas libres de obstrucciones. El acceso a las salidas debe permanecer libre de obstrucciones en todo momento.
- La lluvia, el hielo y la nieve pueden presentar un riesgo importante de resbalones. Por muy bien que se retiren la nieve y el hielo de las banquetas (aceras), los estacionamientos y las calles circundantes, proceda siempre con precaución.
- Tenga cuidado con el hielo negro, ya que el vapor de agua puede congelarse en las superficies frías y formar una capa de hielo muy fina y casi invisible.
- La poca iluminación puede hacer que sea difícil ver los obstáculos o notar cambios en la superficie por la que se camina.
- El moverse de zonas claras a oscuras o viceversa puede causar problemas de la vista temporales que pueden ser suficientes para que una persona resbale, tropiece o se caiga.
- El moverse despacio puede reducir la posibilidad de topar con un peligro antes de tener la oportunidad de notarlo.
- Un cambio de elevación de $\frac{1}{4}$ a $\frac{1}{2}$ de pulgada en la superficie por la que camina es suficiente para causar un tropiezo, así que esté atento a los bordillos, grietas en la banqueta (acera), desperfectos en los estacionamientos, baches, césped irregular, etc.

Infórmese más en secura.net/safety-resources



